



A.DI.MI. ASSOCIAZIONE DIABETICI DEL MIRANESE
 Sede: C/O Servizio Diabetologico O.C. : via. Luigi Mariutto 13—30035 Mirano (VE)
 ONLUS:" VE0208" Recapito tel. 041/5896180 C/C Postale A.DI.MI.: n°17754300
 C.F. : 90042480278 Sito : www.adimi.org e-mail : info@adimi.org

DICEMBRE 2017

FOTOCOPIATO IN PROPRIO



Carissimo/a socio/a

come ormai di consueto, all'approssimarsi delle feste natalizie, auguro a te ed ai tuoi familiari un felice **Anno Nuovo**, ricordandoti che puoi già rinnovare la tessera per l'anno sociale 2018 e continuare a sostenere l'ADIMI, che per statuto mira al miglioramento della qualità di vita dei diabetici.

Per il 2017 l'ADIMI ha avuto l'appoggio finanziario dell'ASL 3 Serenissima con la sottoscrizione dell'ormai storica Convenzione.

Il sostegno richiesto puoi manifestarlo concretamente:

- **Associandoti all'ADIMI con il versamento di € 15,00** sul conto corrente postale n° 17754300, oppure, in occasione della visita presso il servizio di diabetologia dell'O.C. di Noale, rivolgendoti da martedì a venerdì di ogni settimana (ore 9÷12) agli incaricati ADIMI Primo e/o Paola e/o Adalgisa. Ricorda di iscriverti o di rinnovare l'iscrizione entro i primi mesi dell'anno, perché sia la copertura assicurativa che l'esercizio dei diritti di socio hanno validità dal 1.1 al 31.12 di ciascun anno solare.
- **Devolvendo all'ADIMI il 5% del tuo reddito** in occasione delle denunce fiscali del 730/Unico (tale operazione non ha alcun costo per te). Ricorda il numero di codice fiscale ADIMI : C.F. 90042480278.
- **Partecipando alle attività sociali dell'ADIMI** e proponendoti di convincere un altro diabetico o un tuo familiare ad iscriversi.

Approfitto dell'occasione per comunicarti che DOMENICA 2 APRILE 2017 si è svolta a Trebaseleghe l'assemblea annuale ADIMI durante la quale si sono svolte le elezioni per il rinnovo del Consiglio direttivo, dei revisori dei conti e dei probiviri. L'organigramma ADIMI attuale risulta essere il seguente :

CARICA	COGNOME-NOME
PRESIDENTE	Zuin Loris
VICE-PRESIDENTE	Colla Paola
SEGRETARIO	Serpellon Adalgisa
TESORIERE	Favaro Maurizio
CONSIGLIERE	Bassi Piergiorgio
CONSIGLIERE	Battaglia Primo
CONSIGLIERE	Mustaffi Cristina
CONSIGLIERE	Presti Marica Carmela
CONSIGLIERE	Quintavalle Maria
CONSIGLIERE	Scarpa Narciso
CONSIGLIERE	Zavan Luigi
REVISORE CONTI-presidente	Schiona Riccardo
REVISORE CONTI	Isceri Riccardo
REVISORE CONTI	Venezian Giuseppe
PROBOVIRO-Presidente	Cravotta Giuseppe
PROBOVIRO	Leoncin Ugolina
PROBOVIRO	Salmaso Enrico

Seguono le principali attività svolte dall'Associazione nel 2017.

Buone Feste a tutti voi e alle vostre famiglie

Presidente ADIMI : Loris Zuin

ATTIVITA' 2017

1. **Attività educative e di prevenzione per i diabetici** da parte di personale infermieristico qualificato presso i punti di riferimento territoriali di:
- a. **CASELLE di S.M. di Sala** nei locali situati in Via G. Rossini, presso il Centro Sportivo Calcio a 5 messi a disposizione dall'Amministrazione Comunale. Risulta attivo il martedì dalle 9 alle 12.
Per prenotarsi telefonare al N° 3292111417 (ref. ADIMI) durante l'orario di apertura del servizio.
 - b. **Salzano**: presso la sede del Gruppo Anziani in via Colombo 1, nelle giornate di lunedì (una volta al mese per incontri di gruppo) e di giovedì (ogni settimana dalle 9.00 alle 12.00). Info: 347.1016223.
 - c. **Martellago**: a partire dal mese di ottobre 2017, presso il Centro Civico di Olmo di Martellago via D. Chiesa n.9/c, aperto nella giornata di martedì dalle 9 alle 12 Info: 328.9615734

Di prossima apertura (nel 2018) due nuovi punti di ascolto a Mirano e Spinea (abbiamo già firmato la convenzione con l'amministrazione comunale). L'ADIMI ha cercato di far fronte alla circostanza che i residenti in queste due realtà territoriali **sono rimasti fortemente danneggiati dal cambio di sede del servizio di diabetologia da Mirano a Noale**. Le sedi e gli orari verranno comunicati per tempo.

In questi ultimi anni l'autocontrollo domiciliare della glicemia ha modificato lo status del paziente diabetico, il quale, grazie all'educazione, non deve seguire soltanto delle regole, ma anche saper fare delle scelte, se motivato ad ottenere l'ottimizzazione del controllo metabolico.

Il trattamento con l'insulina, l'addestramento al controllo glicemico domiciliare, l'autonomia nella gestione della patologia, la prevenzione delle complicanze croniche, la correzione dei numerosi fattori di rischio, il raggiungimento di una soddisfacente qualità di vita, sono tutti obiettivi difficilmente raggiungibili, se l'approccio da parte del personale medico e paramedico non è completato con un'informazione mirante alla formazione del paziente diabetico.

L'educazione terapeutica quindi è la chiave di volta nella gestione del diabete, poiché è dimostrato che gli interventi educativi accelerano il processo di accettazione della malattia.

Essa ha lo scopo non solo di trasferire nozioni e tecniche, ma anche di stimolare le persone all'autoanalisi nei confronti del proprio comportamento al fine di modificare le abitudini scorrette.

MODELLO EDUCATIVO PROPOSTO:

Educazione individuale: il personale messo a disposizione dall'Associazione (infermieri professionali con il supporto di diabetici formati, seguendo le linee guida fornite dalla FAND) può essere di supporto ai diabetici che vengono coinvolti in un percorso di terapia educativa, ricevendo istruzioni riguardanti l'autocontrollo domiciliare della glicemia, l'uso corretto dei presidi diagnostici, le modifiche alimentari, l'attività fisica e le strategie per affrontare le problematiche personali relative al diabete.

Educazione di gruppo: gruppi di pazienti s'incontrano con la supervisione del personale esperto messo a disposizione dall'ADIMI per essere informati sull'utilità degli interventi educativi, avere informazioni utili alla cura del diabete e discutere sulle paure, le ansie ed i problemi legati alla malattia stessa, per la cui accettazione risulta importante il confronto fra pazienti con diabete di nuova insorgenza e quelli che hanno raggiunto un buon compenso metabolico, in seguito ad un'adeguata gestione della malattia.

Tale numero di interventi educativi potrebbe tranquillamente aumentare, garantendo così una più capillare incisività dell'iniziativa, se i medici del Servizio di Diabetologia e i MMG sostenessero l'iniziativa gestita dall'ADIMI, invitando i soggetti diabetici ad usufruire del Servizio educativo (aggiuntivo a quello istituzionale!) durante il periodo (spesso lungo) tra una visita specialistica e la successiva.

2. Attività educative di gruppo

- A. **Per la Giornata Mondiale del Diabete**, da noi festeggiata in data 12 Novembre 2017 presso La Villa Farsetti di Santa Maria di Sala, si è svolto un Convegno dal titolo **"IMPEGNO PER LA SALUTE"** sui seguenti temi: *"Le nuove tecnologie per il monitoraggio glicemico"* (Dr. Federico Boscari U.O.C. Malattie del metabolismo di Padova), *"Diabete e donna"* (Dr.ssa Patrizia Li Volsci responsabile AMD

e medico presso il presidio ospedaliero di Pordenone), *“Un occhio sul mondo”* (Dr. R. Altafini, Primario Oculistica Dolo).

Moderatrice : Dr.ssa Valentina Mariano (Diabetologia di Noale)

Verranno inserite nel sito web www.adimi.org le lezioni educative

B. INCONTRI DI EDUCAZIONE SANITARIA IN AMBITO CARDIOVASCOLARE E DIABETOLOGICO

Sono stati organizzati come gli anni precedenti c/o la Sala Convegni O.C. di Noale dalle ore 08,30 - 09,30, dalla Cardiologia Riabilitativa e la Medicina dello Sport, assieme al Servizio di Diabetologia, al Dipartimento Prevenzione dell'ULSS 13 ed alle Associazioni di volontariato (Cuore Amico, A.DI.MI. e A.DI.R.B.). La partecipazione dei pazienti è stata numerosa e dopo le relazioni c'è sempre stata una partecipazione attiva con domande, commenti e proposte per un miglioramento dell'assistenza nel nostro territorio. **Temi trattati:**

1.2.2017 : Benefici dell'esercizio fisico nel paziente diabetico (Dr.Ruggero Marin); La composizione corporea e il dispendio energetico (Dr.ssa Giovanna Tegon)

15.2.2017: I fattori di rischio cardiovascolare (Dr. Marco Pietra); Pace maker e defibrillatori impiantabili (Dr.ssa Valentina Pescatore)

1.3.2017: Lo scompenso cardiaco (Dr. Albino Zanocco); Il cardiopatico in vacanza : viaggi in aereo e montagna (Dr.ssa Erica Brugin).

15.3.2017: La riabilitazione cardiovascolare nell'ictus ischemico (Dr.ssa Maela Masato); Aspetti fisiatrici (Dr. Marco Ferraro)

29.3.2017: Come combattere stress, ansia e depressione (Dr.ssa Marzia Sarto); Trattamento del tabagismo (Teresa Vescovo- Eliana Cescon).

12.4.2017: Terapia e follow up nel soggetto diabetico (Dr.ssa Valentina Mariano); Il ruolo delle Associazioni dei pazienti: *Associazione Diabetici del Miranese* (Dr. Albino Bottazzo)

17.5.2017 : Quali precauzioni nei primi giorni dopo l'intervento cardochirurgico? (Dr.ssa V. Renier); La corretta alimentazione nel paziente cardiopatico e/o diabetico (Dott.ssa Luisa Bedin)

24.5.2017: Cottura e associazioni ottimali degli alimenti (Dott.ssa Maria Tumino); La fisioterapia respiratoria nel paziente cardochirurgico (Dott.ssa Giuseppina Cumbo).

7.6.2017: La malattia delle arterie periferiche (dott. Andrea Pacchioni); Il ruolo delle Associazioni dei pazienti: Cuore Amico Mirano Onlus (Nicolò Cammarata)

E' SEGUITA UNA CAMMINATA NEL PARCO DELL'OSPEDALE INSIEME AGLI ISTRUTTORI DI FITNESS DELLA MEDICINA DELLO SPORT E DELLA PALESTRA DEL SERVIZIO DIABETOLOGICO.

L'ADIMI ha chiesto ai relatori l'autorizzazione alla ripresa video durante l'incontro educativo al fine di inserire nel proprio sito web le lezioni educative. In questa maniera sarà possibile ampliare il numero di fruitori delle informazioni contenute su ogni specifico tema.

C. Corsi serali/pomeridiani di educazione

Sono rivolti a diabetici desiderosi di approfondire temi anche complessi legati alla malattia diabetica con l'intervento di specialisti nel settore medico e/o d'assistenza.

A Marzo nella sede del punto di riferimento di Salzano è stato possibile organizzare un incontro di gruppo per discutere sul tema :

DIABETE, IPERTENSIONE e IPERCOLESTEROLEMIA: Meglio prevenire che curare.

La scelta di questo argomento è stata dettata dal rilevante numero di soggetti che, al momento di accedere al servizio educativo dell'ADIMI, presentano fattori di rischio elevato per l'insorgenza di problemi vascolari. Essi non lamentano sintomi, ma al contrario affermano di "sentirsi bene"; pertanto, risulta di primaria importanza insistere sulla prevenzione, quindi sull'importanza di:

- avere un peso-forma (con una particolare attenzione all'accumulo di grasso a livello addominale).
- svolgere regolare attività fisica.
- seguire una dieta bilanciata che preveda il consumo di frutta e verdura e una riduzione di cibi e bevande eccessivamente calorici.

All'incontro hanno partecipato circa 40/45 persone.

1. Attività specifiche di prevenzione primaria

A. PROGETTO "DIABETICI IN PALESTRA"

Il progetto, ormai storicamente consolidato, è proseguito per tutto il 2017 a Noale nuova sede del CAD. L'attività motivazionale è compito del team diabetologico, ma risultano a carico dell'ADIMI il pagamento dell'operatore di fitness metabolico, la manutenzione dei cicloergonometri e l'organizzazione degli appuntamenti oltre che i controlli glicemici e pressori. Vi invitiamo ad aderire al progetto che si poggia proprio sulla motivazione all'attività motoria, che produce benefici sostanziali, se praticata con costanza.

B. PROGETTO MOVIMENTO=SALUTE

Sono continuati i **corsi di attività motoria in palestre convenzionate** con l'ADIMI situate presso:

- lo Stadio Comunale Salvador Allende di SPINEA: Lunedì e Giovedì 8,30-11,30 (3 turni).
- SPINEA in Via Cicci: Lunedì e Giovedì 14.45-15.45
- La sala Parrocchiale di Salzano: mercoledì e sabato 8.30- 10.30 (2 turni).
- La Scuola Media Statale di Salzano: Martedì e Venerdì 14.30- 15.30
- La Scuola elementare di Caselle di S.M. di Sala in collaborazione con G.S. FENICE: Lunedì e Giovedì 20-22 (2 turni); Martedì 16.30-17.30 ; Venerdì 16,15- 17,15

Obiettivi dei corsi: avvicinare all'attività motoria il maggior numero possibile di diabetici e/o soggetti a rischio di diventarlo per migliorare le condizioni generali di salute e prevenire la patologia diabetica e le sue complicanze. In tali palestre l'esercizio fisico viene gestito da istruttori specializzati in fitness metabolica con la presenza motivante di "*diabetici guida*". Almeno all'inizio ed alla fine dei corsi, vengono effettuati controlli da parte di personale infermieristico: altezza, peso corporeo, circonferenza vita, indice di massa corporeo, glicemia, pressione arteriosa e frequenza cardiaca. Ci aspettiamo un aumento dei soggetti (diabetici o a rischio di diventarlo) frequentanti le palestre, convenzionate con l'ADIMI a prezzi molto convenienti.

C. ALTRE ATTIVITA' MOTORIE:

- **Sabato 21.2.17** (ore 15.00-16.30): Camminata a Salzano con percorso di circa 4 km (tra le vie periferiche del paese e lungo l'argine con tappe per esercizi di mobilità e allungamento muscolare).
- **Sab 18.3.17 Ore 15.00-16.30 CAMMINATA al PARCO DEI LAGHETTI di MARTELLAGO**, con la stessa tipologia di esercizi motori.
- **Sab 22.4.17 Ore 15.00-16.30 CAMMINATA nell'OASI NATURALISTICA WWF NOALE** : Il percorso si è svolto all'interno del Parco naturalistico con l'ausilio di una guida.
- **Sab 13.5.17 Ore 7.00-21.00 GITA A TORRI DEL BENACO** : Gita di un' intera giornata con ritrovo e partenza presso il parcheggio dell'area Brolo dietro l'ex filanda di Salzano.

D. INTERVENTI ESTERNI

1. **Sono stati effettuati screening glicemici** tra ottobre e novembre in periodi scadenzati per singola località a Mirano, Salzano, S. M. Sala e Spinea, per ricordare la giornata mondiale del diabete, celebrata ufficialmente il 14 novembre.
2. Nell'ambito degli Interventi educativi nelle scuole, mirati alla conoscenza generale della malattia e alle problematiche legate all'eventuale presenza di soggetti diabetici in età scolare, **in data 4 Marzo 2017 è stata organizzata una "Conferenza su il Diabete giovanile" presso l'Istituto Majorana (dalle 9 alle 13.30)** con i relatori : dott.ssa M.L. Contin (Responsabile Servizio di Diabetologia di Noale e Dolo), dott. Aris Betetto (Istruttore di Fitness metabolica) , dott.ssa Laura Marinello (Inf. Prof. e Psicologa), Dott. Albino Bottazzo (Presidente Nazionale FAND).